

Утверждаю



И. о. заведующей
МДОУ "Детский сад №91"
Десинова Г. Р./

МЕНЮ

13 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ	160	4,90	4,91	22,51	153,68	0,49
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/6	4,67	7,18	19,69	162,68	0,04
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,16	2,65	10,62	79,81	0,52
Итого			412	12,73	14,74	52,82	396,17	1,05
II Завтрак								
		СОК	170	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			170	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	103	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	4,69	5,99	10,71	119,61	5,20
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	3,31	3,32	17,69	115,13	22,73
2008	272	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50	10,76	12,22	0,06	153,35	0,43
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	5,99	23,94	0,00
Итого			610	18,76	21,53	34,45	412,03	28,36
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	1,88	2,45	18,60	104,25	0,00
2008		ЙОГУРТ	170	4,67	4,17	7,52	94,20	1,17
Итого			200	6,55	6,62	26,12	198,45	1,17
Ужин								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,85	3,50	17,92	114,75	8,54
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	90	1,50	7,04	6,09	94,18	5,54
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
Итого			460	4,35	10,54	29,82	232,15	14,08
Всего				42,39	53,43	143,21	1 238,80	44,66

Повар 

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.